



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 05.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

С.Н. Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара Для



Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

5	<i>Масло порционно.</i>	ккал-33, Жиры-4	
10	<i>Сыр порционно</i>	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
200/5	<i>Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным</i>	ккал-259, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	
200	<i>Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)</i>	ккал-112, Углеводы-28	
35	<i>Хлеб пшеничный ..</i>	ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19	
45	<i>Печенье "Нежное"</i>	ккал-227, Белки-3, Жиры-15, Углеводы-21	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-772, Белки-17, Жиры-32, Углеводы-105	<b>90-00</b>

Обед

200/1	<i>Суп картофельный с рисом и зеленью укропа.</i>	ккал-105, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18	
100	<i>Ёжики мясные с томатным соусом.</i>	ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10	
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным</i>	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	<i>Напиток из лимонов.</i>	ккал-98, Углеводы-24	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
741	<b>Итого за Обед</b>	ккал-787, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-131	<b>115-00</b>

Полдник

110	<i>Запеканка "Лакомка".</i>	ккал-279, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-22	
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
310	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-323, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-33	<b>50-00</b>

Полдник СВО

100	<i>Рожок с повидлом</i>	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
300	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-378, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-69	<b>37-83</b>

Зав. производством

С.Н. Аврикина

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Шапкова Т.Ф.